

Mini-Flammkuchen mit Kürbis und Birnen

Zutaten:

| | |
|-------------------------|---------------------|
| 250 g Mehl | 1 Birne |
| 1 TL Trockenhefe | 200 g Crème fraîche |
| 150 ml lauwarmes Wasser | Salz und Pfeffer |
| 2 EL Olivenöl | 3 EL Pinienkerne |
| ½ Hokkaido-Kürbis | frischer Thymian |

Zubereitung:

Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde reindrücken. Die Hefe und lauwarmes Wasser hinzugeben. Nach ca. 5 Minuten Olivenöl und Salz dazugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Eventuell ist etwas mehr Mehl oder Wasser nötig. Das hängt von der Beschaffenheit des Mehles ab. Den Teig an einem warmen Ort eine halbe Stunde gehen lassen. In der Zwischenzeit den Kürbis in dünne Spalten schneiden (Kerngehäuse wurde vorher entfernt). Die Birne waschen, vierteln, das Kerngehäuse rausschneiden und dann in Spalten schneiden. Die Crème fraîche mit Salz und Pfeffer verrühren.

Den Backofen auf 200° Umluft vorheizen (Stufe 5 Gashitze).

Den Teig in vier gleich große Teile aufteilen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Die vier Teigkreise auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit der Crème fraîche bestreichen. Dann Kürbis- und Birnenspalten darüber verteilen und die Flammkuchen für ca. 15-20 Minuten in den Ofen geben.

Währenddessen in einer kleinen Pfanne die Pinienkerne ohne Öl rösten.

Die Flammkuchen aus dem Ofen nehmen, den Thymian und die Pinienkerne darüber streuen.

Tipp:

Eine super Ergänzung sind ein paar Blätter Rucola und eine dunkle Balsamico-Reduktion, die auf den Flammkuchen gegeben werden.

Für Veganer: Sie können die Crème fraîche durch Soja-Cuisine oder ein anderes Produkt ersetzen.